

# PROGRAMME CLUB

## MAI - JUIN 2017

### LES RANDONNEURS HYÉROIS

« Les Copains d'abord »

14 rue Crivelli

83400 Hyères

☎ 04 94 65 55 31

✉ randonneurshyerois@gmail.com



#### Permanences:

Lundi 15h à 17h / Vendredi & Samedi 10h à 12h



« Autour de l'éléphant de pierre au plateau du Siou Blanc - Signes » - Jeudi 20 Avril 2017

date	départ	niveau	trajet A/R	distance	dénivelé	temps marche	itinéraire	animateurs
<b>SEMAINE DU 1 AU 7 MAI</b>								
lundi 1	8h30						<b>Marche nordique:</b> Les lieux seront définis en accord avec les participants. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
mardi 2	7h30	** noire	60km	13km	850m	6h00	<b>MONT CAUME – TOULON:</b> Départ du col du Corps de Garde - Le Trou des Fées et la Fente des Fées. Contournement du Mt Caume par le Bau du Midi au-dessus des falaises surplombant Le Revest. Parcours assez court mais technique (hors sentier, passages rocheux) et à fort dénivelé. <b>Départ Espace 3000</b>	Alain C François J
mardi 2	7h45	**	170 km	16km	350 m	6h00	<b>SALERNES:</b> Gorges de Périmond. Les Salettes, Chapelle St Barthélémy, Gorges, retour par la tombe mégalithique de la Lauve. <b>Départ Espace 3000.</b> Carte 3443 OT.	J-Paul B Philippe C
merc. 3	9h00						<b>Marche aquatique:</b> Lieu de départ communiqué la veille par mail en fonction du vent- Chaussons caoutchouc obligatoires- <b>Le RDV est à Espace 3000</b>	Alain C
jeudi 5	8h00	**	80Km	18Km	700m	6h00	<b>SIGNES :</b> Départ du village vers les gorges de Lavène – Notre dame des Anges – Pédimbert – Le pont du diable – Paneyrolle – le Gué – La Lauzière. Regroupement des participants à <b>l'Espace 3000.</b> Carte 3345OT. Trajet routier suggéré.	Gérard S Pierre P
sam. 6	8h30						<b>Marche aquatique:</b> Le lieu sera déterminé en fonction de la météo. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
dim. 7	9h00	**	52km	18km	465m	6h00	<b>CAVALIERE:</b> Départ plage d'Aiguebelle, passage de rochers glissants, montée vers la colline de Cavalière, Col de Baral et retour.	Nadine B
<b>SEMAINE DU 8 AU 14 MAI</b>								
lundi 8	8h30						<b>Marche nordique:</b> Les lieux seront définis en accord avec les participants. <b>Départ Es-</b>	Régine B
mardi 9	8h00	**	90km	19 km	800m	6h30	<b>MAZAUGUES :</b> Départ du village, crête de la petite colle, Ferme D'Agnis, Le Moure, Luminaire, retour par les Escarettes. Regroupement à <b>l'Espace 3000.</b> Carte 3345OT. Trajet routier suggéré.	Gérard S Pierre P

date	départ	niveau	trajet A/R	distance	dénivelé	temps marche	itinéraire	animateurs
mardi 9	8h30	*	100km		500m	5h00	<b>COGOLIN:</b> Départ station de traitement des eaux, piste de Béguerde, du sud, Oppidum de Mont Jean, retour val d'Astier, les Baisses, après la rando visite de la fabrique de pipe à Cogolin. Gratuit. 20 personnes max sur inscription tel 04 94 38 70 05. Rando sans difficultés. <b>Départ Espace 3000</b>	Maurice G
mardi 9	13h30	* douce	28 km	7km	150 m	3h30	<b>LE PRADET:</b> les Oursinières. Une balade en bord de mer au dessus de la pointe du Bau Rouge. Carte 3446 OT. <b>Départ Espace 3000</b>	J-Paul B Philippe C
jeudi 11	7h30	**	127 km	18km	450 m	5h30	<b>CARCES:</b> Chutes du Caramy. Ubac des Teyes, Chapelle St Vincent, Borne 327, Village du lac, les Prés neufs. Carte 3444OT. <b>Départ Espace 3000</b>	J-Paul B Philippe C
jeudi 11	7h30	**	140km	16km	850m	5h00	<b>AUBAGNE:</b> Le Garlaban. Puits de Raimu, Grotte de Manon, Sommet du Garlaban, Pic du Taoumé, Tête Ronde. Frais d'autoroute. Départ Place Versin. Carte 3245ET. Report de la rando annulée le 7 mars.	Jean B Pierre P
sam. 13	8h30						<b>Marche aquatique:</b> le lieu sera déterminé en fonction de la météo. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
dim. 14	8h00	**	100km	15km	700m	6h00	<b>RAYOL-CANADEL:</b> les balcons de Pramouquier. Parcours hautement panoramique, vue extraordinaire sur le Canadel et le Rayol. Carte 3545 OT. Accompagnants: Michel G et Yves G.	Pierre P

### SEMAINE DU 15 AU 21 MAI

lundi 15	8h30						<b>Marche nordique:</b> Les lieux seront définis en accord avec les participants. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
mardi 16	7h30	** noire	89 km	10km	600m	5h00	<b>TOURVES:</b> Caramy G. A la recherche de nombreux (8)abris à peintures préhistoriques et cavités à intérêts géologiques. Carte 3345 OT. Circuit en grande partie hors sentier comportant de nombreux ressauts rocheux et passages techniques . Trajet routier suggéré.	Georges P

date	départ	niveau	trajet A/R	distance	dénivelé	temps marche	itinéraire	animateurs
mardi 16	8h00	**	60km	13km	600m	5h30	<b>COLLOBRIERES</b> et son sentier botanique: Pont du 12ème siècle, église St Pons, plateau Lambert et ses menhirs, châtaigniers millénaires, rives du Desteu, adrech de la Malière. Crème de marron, glaces... Carte 3445 OT. <b>Départ Espace 3000</b>	François J
mardi 16	8h00	*	56km	12km	450m	4h30	<b>CAVALIERE:</b> Castel Mau, Pramouquier, route des Crêtes, col Barral, Barran, le Rossignol. <b>Départ Espace 3000.</b> Carte 3446ET	Philippe C J-Paul B
mardi 16	8h30		70km	6km	50m	3h00	<b>SIX-FOURS LES PLAGES:</b> Tour de l'île des Embiez. Randonnée à la journée. Prévoir pique-nique. Traversée en bateau : 13€/ personne. <b>Départ Parking Espace 3000</b>	Jean B
jeudi 18	7h45	*		15 km	400 m	5h00	<b>PORT-CROS:</b> L'entour de l'île. RDV Capitainerie du Port d'Hyères. Départ du bateau à 8h. Tarif individuel de la traversée: 24,90 € (sénior ou groupe ≥ 20). Carte 3446 ET	Jean B
sam. 20	8h30						<b>Marche aquatique:</b> Le lieu sera déterminé en fonction de la météo. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
dim. 21							<b>Fête de la Randonnée sur Hyères.</b>	
<b>SEMAINE DU 22 AU 28 MAI</b>								
lundi 22	8h30						<b>Marche nordique:</b> Les lieux seront définis en accord avec les participants. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
mardi 23	7h30	***	42 km	15 km	900m	5h30	<b>LE REVEST- LES -EAUX:</b> Le Barrage de Dardenne, La Touravelle, Les Bouisses, La vieille Valette, L'auberge Baussaire, Les Olivières, le Ragage. Au départ du village. Sur les traces de fermes, châteaux et hameaux oubliés. Nombreux ressauts rocheux, cheminée, et passages vertigineux. Carte 3346 OT. Trajet routier suggéré.	Georges P
mardi 23	13h30	*	30km	9km	400m	3h30	<b>LE PRADET:</b> Circuit des 3 Forts depuis les Oursinières. <b>Départ Parking Espace 3000.</b> Carte 3446OT	Jean B

date	départ	niveau	trajet A/R	distance	dénivelé	temps marche	itinéraire	animateurs
mardi 23 au 30 mai	14h00	Itinérance ***	630 km	150km		7 jours	<b>SEJOUR TARN:</b> Itinérance en boucle au départ de Florac sans assistance pour le port du sac. Gorges du Tarn et de la Jonte, Causse Méjean, chaos de Nîmes le Vieux. Retour à Hyères le 30 mai au soir. Groupe complet à 8.	J-Paul B Philippe C
jeudi 25	8h00	**	50km	18km	800m	6h00	<b>BELGENTIER - VALBELLE:</b> Belgentier, Lentisque, Pas du Pilon, Valbelle, les Lèbres. Covoiturage au <b>Départ Espace 3000</b> . Trajet routier suggéré. Carte 33450T	J-Marc G Gérard S
jeudi 25	9h00	douce & citoyenne	50km	10km	200m	4h00	<b>BORMES:</b> Forêt du Dom le matin. Nettoyage sur 3 km des accotements de la N 98, Pique-nique au parc aménagé. Après-midi, rando dans le Vallon du Mistral. Prévoir sacs poubelle et gants. <b>Départ Espace 3000</b>	Roger M
sam. 27	8h30						<b>Marche aquatique:</b> Le lieu sera déterminé en fonction de la météo. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
dim. 28	8h30	**	60km	17km	600m	6h00	<b>MEOUNES :</b> Agnis, Puits de l'Eouvière, Jas d'Agnis, Bramapan, Vigne grous-sière, Pey Ferrier.	J-François LT

## SEMAINE DU 29 MAI AU 4 JUIN

lundi 29	8h30						<b>Marche nordique:</b> Les lieux seront définis en accord avec les participants. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
mardi 30	7h00	** noire	244 km	14km	700 m	5h30	<b>VERDON - AIGUINES:</b> Le Sentier de l'Imbut au départ de l'Auberge des Cavaliers et remontée par le sentier Vidal. Carte 34420T. Nombreux ressauts rocheux, passages vertigineux et techniques (échelles et mains courantes). Sur inscription auprès de l'animateur. Trajet routier suggéré.	Georges P
mardi 30	8h30		36km	6,4km	100m	3h00	<b>BORMES:</b> Sentier du Littoral. De la plage du Pellegrin à la Plage de l'Estagnol A/R. Frais de parking. <b>Départ Parking Espace 3000.</b>	Jean B.
merc. 31	9h00						<b>Marche aquatique:</b> Lieu de départ communiqué la veille par mail en fonction du vent. Chaussons caoutchouc obligatoires. <b>RDV Espace 3000</b>	Alain C

date	départ	niveau	trajet A/R	distance	dénivelé	temps marche	itinéraire	animateurs
jeudi 1	7h30	**	88km	17km	600m	6h00	<b>COLLOBRIERES:</b> Randonnée au départ de la Chartreuse de la Verne. En fin de randonnée visite de la Chartreuse. Rando menée par Madeleine Z sous la responsabilité des animateurs. <b>Départ Espace 3000</b>	Alain C
jeudi 1	8h30	*/**	25km	16km	260m	5h00	<b>LA LONDE:</b> De la plage de l'Argentière à Brégançon A/R. Sentier du littoral avec vues sur les Iles d'Or, les plages et le cap Bénat. <b>Départ Parking Espace 3000.</b> Carte 3446ET	Jean B
jeudi 1	9h00	douce	30km	11km	300m	4h00	<b>LA LONDE:</b> Lac de la Vernatelle, le Pied de cheval, la Galinette, Figuero Rimado, pique-nique au cabanon de Lucien. <b>Départ Espace 3000.</b>	Roger M
sam. 3	8h30						<b>Marche aquatique:</b> Le lieu sera déterminé en fonction de la météo. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
dim. 4	7h30	***	80km	21km	1000m	6h00	<b>LES GUILLERETS</b> -Plateau de Siou Blanc : La Vène-le Cros des Amandiers-Roucas Traoucas-Colle de Fède. Co voiturage, trajet routier suggéré. Carte 3345 OT	J-Marc G Gérard S
dim. 4	8h30	**	60km	16km	700m	6h00	<b>CHATEAUVALLON :</b> Cap Gros, Col du Corps de Garde, Le Broussan, Le Détras. Carte 3346OT	J- François N

## SEMAINE DU 5 AU 11 JUIN

lundi 5	8h30						<b>Marche nordique:</b> Les lieux seront définis en accord avec les participants. <b>Départ Espace</b>	Régine B
mardi							<b>Départ pour le Vercors</b>	Philippe C
mardi 6	7h30	*		14km	450m	5h00	<b>MARSEILLE:</b> Ile du Frioul. Balade sur le Frioul. Départ en train depuis la gare SNCF de Hyères (montée à Toulon possible) puis traversée en bateau. RDV à la gare de Hyères à 7h30. Chacun se charge d'acheter son billet de train suivant le tarif dont il peut bénéficier. Départ de Hyères 8h02-Marseille 9h25. Départ du bateau pour le Frioul 10h25. Retour du Frioul 15h50-Vieux Port à 16h15. Départ du train à 17h38-Hyères à 18h58. Pour ceux qui préfèrent partir de Toulon le train est à 8h25, c'est le nôtre .Pour le retour vers Toulon, départ de Marseille à 17h32-Arrivée à 18h17. Prix du billet plein tarif 31.80€, la navette est à 9.70€ pour les groupes. Pour réserver les places sur le bateau, merci de vous inscrire auprès du local. Les personnes non inscrites ne sont pas assurées d'avoir une place sur le bateau! Renseignements auprès de l'anima-	Alain C

date	départ	niveau	trajet A/R	distance	dénivelé	temps marche	itinéraire	animateurs
mardi 6	8h00	**	50km	18km	800m	6h30	<b>BELGENTIER</b> : Cros du pigeon par l'ancien GR. Baules de Lumes, Le Pylone, Les Lèbres. Regroupement des participants à l' <b>Espace 3000</b> . Carte 3345OT. Trajet routier suggéré.	Gérard S Pierre P
mardi 6	13h30	**	36km	10km	300m	3h15	<b>BORMES</b> : Les Janets, Manjastre, le val de Guillen, la Borne ,Petite et Grande Berle, vallon de la Berle. Carte 3446ET. <b>Départ Espace 3000</b> .	Chantal M
merc. 7	9h00						<b>Marche aquatique</b> : Lieu de départ communiqué la veille par mail en fonction du vent- Chaussons caoutchouc obligatoires. <b>RDV Espace 3000</b>	Alain C
jeudi 8	8h00	**	140km	15km	700m	6h00	<b>GEMENOS</b> : Col de Bertagne...Parc et Abbaye de St Pons, col, la Glaciere, le vallon des Crides, torrent le Fauge... ( Prévoir frais d'autoroute et modifications si il y a du vent fort). Carte 3245 ET. <b>Départ Espace 3000</b>	François J
sam. 10	8h30						<b>Marche aquatique</b> : Le lieu sera déterminé en fonction de la météo. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
dim. 11							<b>Sortie kayak</b>	J-Louis D
dim. 11	9h00	*	42km	13km5	400m	5h00	<b>PIERREFEU</b> : Circuit de la Portanière, direction chemin de Sauvecanne,les Cogolins, Crête Montel, Piste de la Saute,retour par le GR, les David	Nadine B Chantal M
<b>SEMAINE DU 12 AU 18 JUIN</b>								
lundi 12	8h30						<b>Marche nordique</b> : Les lieux seront définis en accord avec les participants. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
mardi 13	7h30	** ***	190 km	23 km	500 m	6h30	<b>AMPUS</b> : Sources de la Nartuby. Dolmen de Prabuillon, ND de Spéluque, limites du camp de CNJ, source de Fontignon, Tour de guet. Visite Ampus. Rando longue mais pas difficile. Carte 3443OT. <b>Départ Espace 3000</b>	J-Paul B Philippe C
mardi 13	8h30	*	80km	13km	500m	5h00	<b>ROUGIER</b> : Montée au Château , Capelette, fontaine de la Guillandière, Jas de Piourian, arrivée au village. Sans difficultés. <b>Départ Espace 3000</b>	Maurice G
jeudi 15	7h30	**	140km	17km	400m	6h30	<b>LA GARDE DE FREINET</b> : Pont Romain , piste des Maximins , la Mourre , la Nible et sa piste et retour au pont. Carte 3544OT. <b>Départ Espace 3000</b>	Philippe C J-Paul B
jeudi 15	9h00	douce	30km	11km	200m		<b>BORMES</b> : L' Augueiron, Piste des crêtes, Le Pèlerin, Pique-nique, Le Trapan. <b>Départ Espace 3000</b> .	Roger M
jeudi 15	9h00	*	30km	12km	450m	5h00	<b>LA LONDE</b> : Le Comtadou. Depuis Le Pansard vers les rochers majestueux du Clau du Barrou, vues sur mer depuis les crêtes et découvertes de vallons encore frais. Carte 3446OT. <b>Départ Espace 3000</b>	François J
sam. 17	8h30						<b>Marche aquatique</b> : le lieu sera déterminé en fonction de la météo. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
dim. 18	8h30	*	80km	13km	300m	4h30	<b>SIGNES</b> : Chibron, Le Pont du Diable	J-François LT

date	départ	niveau	trajet	distance	dénivelé	temps	itinéraire	animateurs
<b>SEMAINE DU 19 AU 25 JUIN</b>								
lundi 19	8h30						<b>Marche nordique:</b> Les lieux seront définis en accord avec les participants. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
mardi 20	8h30		82km	7,5km	190m	4h00	<b>COLLOBRIERES:</b> Chartreuse de la Verne Sommets de l'Argentière et du Péra ; l'abbaye. Rando à la journée. Prévoir pique-nique. <b>Départ Parking Espace 3000.</b>	Jean B.
mardi 20	8h00	**	100K m	17km	500m	6h00	<b>GIGARO :</b> Cap Lardier, Cap Taillat, Collebasse. <b>Départ Espace 3000.</b> Carte 3545 OT	J- François N
jeudi 22	7h30	**	130km	17km	600m	6h30	<b>LA GARDE FREINET:</b> les Mayons. Piste du Pic Martin , la Grand Castagne , Roches Blanches , Fort Freinet , Moulin de Blanche , les neufs Riaux. Carte 3544OT. <b>Départ Espace 3000</b>	Philippe C J-Paul B
sam. 24	8h30						<b>Marche aquatique:</b> le lieu sera déterminé en fonction de la météo. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
<b>SEMAINE DU 26 AU 30 JUIN</b>								
lundi 26	8h30						<b>Marche nordique:</b> Les lieux seront définis en accord avec les participants. <b>Départ Espace 3000</b>	Régine B
mardi 27	8h30		25km	6km	120m	3h00	<b>HYERES-GIENS:</b> La Madrague. Sentier du Littoral , La pointe des Chevaliers, Calanque du blé, le Radar. <b>Départ Parking Espace 3000</b>	Jean B
<b>JUILLET</b>								
mardi 11	7h00	** noire	298km	13km	700m	4h30	<b>VERDON - ROUGON:</b> Le sommet des Règles-La barre des Catalans , au départ du village. Magnifiques vues aériennes sur le couloir Samson et le Grand Canyon. Passages hors sentiers rocheux et sur lapiaz. Carte 3442OT . Trajet routier suggéré (frais d'autoroute).	Georges P Christian M
<b>AOUT</b>								
mardi 20	6H45	***	268km	19km	1100m	6h30	<b>VERDON - CHASTEUIL:</b> Les Crêtes de Berben et des Traversières, le sommet du Pioulet (1744m) au départ du village. Passages hors sentiers, ressauts rocheux, lapiaz. Retour par le plateau du Suech (GR 4). Carte 3442 OT. Sur inscription auprès de l'animateur.	Georges P Christian M
mardi 29	7h00	** noire	260km	15km	850m	6h00	<b>VERDON - LA BASTIDE:</b> Les sommets de la Montagne de Brouis au départ de l'Estang. Quelques passages hors sentiers et en crête parfois lapiazés. Carte 3543 OT. Trajet routier suggéré (frais d'autoroute).	Georges P